

Hubungan Pola Konsumsi Teh dan Suplemen Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Kecamatan Abeli Kota Kendari

(The correlation between tea consumption habits and Fe suplements with anemia cases on pregnancy at Abeli distric of Kendari)

Ida Mardhiah Afrini¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo

Corresponding author e-mail: ida.mardhiah@uho.co.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Di Indonesia diperkirakan sebanyak 40% kematian ibu disebabkan karena anemia (Depkes RI. 2018). Anemia adalah suatu kondisi yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin (Hb), hematokrit atau jumlah sel darah merah. Anemia menyebabkan kebutuhan sel darah merah pada Ibu hamil tidak mencukupi, padahal hal ini dianggap perlu untuk mendukung perkembangan janin, akibatnya oksigen yang disalurkan pada jaringan tubuh dan janin menjadi terbatas. **Metode :** Desain Penelitian ini, menggunakan *cross sectional* dengan sampel sebanyak 42 Ibu Hamil, dilakukan dengan cara nonprobability sampling yaitu sampling jenuh. **Hasil :** Ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi teh dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil. dengan nilai $p_{value} = 0,023$. Tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Ada hubungan yang bermakna antara keteraturan konsumsi suplemen besi (Fe) dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil $p_{value} = 0,026$. Tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). **Simpulan :** Terdapat hubungan bermakna antara pola konsumsi teh dan pola konsumsi Suplemen zat besi (Fe) dengan kejadian anemia pada Ibu Hamil. Dengan menggunakan koefisien ϕ ($R\phi$), diperoleh nilai ϕ ($R\phi$), diperoleh nilai $R\phi = 0,380$ pada pola konsumsi teh dan $R\phi = 0,392$ pada pola konsumsi suplemen Fe Hal ini berarti bahwa antara pola konsumsi teh dan pola konsumsi suplemen Fe dengan kejadian anemia mempunyai tingkat hubungan sangat kuat.

Kata Kunci : Anemia, Ibu Hamil, Pola Konsumsi Teh, Suplemen Fe

ABSTRACT

Background: In Indonesia, it is estimated that 40% of maternal deaths are caused by anemia (Depkes, 2018). Anemia is a condition characterized by decreased levels of hemoglobin (Hb), hematocrit or red blood cell count. Anemia causes the need for red blood cells in pregnant women to be insufficient, even though this is deemed necessary to support fetal development, as a result of which oxygen is distributed to the body's tissues and the fetus is limited. **Methods:** The design of this study, using cross sectional with a sample of 42 pregnant women, was carried out by means of nonprobability sampling, namely saturated sampling. **Results:** There is a significant relationship between tea consumption and the incidence of anemia in pregnant women. with a value of $p_{Value} = 0.023$. 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). There is a significant relationship between regular consumption of iron suplements (Fe) and the incidence of anemia in pregnant women $p_{value} = 0.026$. 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). **Conclusion:** There is a significant relationship between tea consumption \ and consumption \ of iron (Fe) suplements with the incidence of anemia in pregnant women. By using the phi coefficient ($R\phi$), the value of phi ($R\phi$) is obtained, the value of $R\phi = 0.380$ in the tea consumption and $R\phi = 0.392$ in the consumption of Fe suplements. This means that between the tea consumption and the consumption pattern of Fe suplements with anemia had very strong relationship level.

Keywords: Anemia, Pregnant Women, Tea Consumption Fe Suplements

PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil Sistem Indikator Kesehatan Nasional (Siskernas) pada tahun 2016, angka kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia cukup tinggi yaitu sebesar 37, 1% (Soemantri, 2018). Anemia pada Ibu hamil adalah risiko yang harus diwaspadai karena dapat memengaruhi kesehatan Ibu dan janin. Data (Riskesdas 2018) menyatakan bahwa prevalensi kejadian anemia pada Ibu hamil di Indonesia berjumlah 70% sehingga bisa menjadi masalah nasional karena dapat mencerminkan nilai kesejahteraan dan ekonomi masyarakat dan berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia (Mariana, 2018). Diperkirakan 18% wanita yang tinggal di negara industri mengalami anemia, sedangkan dinegara berkembang meningkat menjadi 56% hal ini menjadikan timbulnya masalah kesehatan pada wanita bahkan menyebabkan kematian selama kehamilan dan persalinan (Astutik, 2018). Tidak adanya kesadaran dalam pencegahan anemia dan kurangnya pengetahuan merupakan salah satu penyebab tingginya prevalensi anemia di Indonesia khususnya pada Ibu Hamil Trimester I dan III (Yuliatin, 2018).

Anemia adalah suatu kondisi yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin (Hb), hematokrit atau jumlah sel darah merah sehingga menyebabkan kebutuhan sel darah merah pada Ibu hamil tidak mencukupi. Penyebab anemia bermacam-macam salah satunya anemia defisiensi zat besi (Ani, 2016). Anemia defisiensi besi dapat terjadi karena kurangnya pasokan zat besi yang merupakan inti molekul hemoglobin sebagai unsur utama sel darah merah (Citrakesumasari, 2012). Beberapa cara mengatasi anemia pada Ibu hamil yaitu: mengkonsumsi suplemen zat besi, menambah asupan makanan bergizi dan memenuhi kebutuhan vitamin.

Anemia pada ibu hamil dapat dipengaruhi dengan kebiasaan mengkonsumsi teh. Mengkonsumsi teh merupakan hal yang biasa dilakukan setiap hari di kalangan masyarakat, namun teh juga memiliki potensi sebagai penyebab anemia karena teh bisa mengabsorbsi mineral

menjadi zat besi (Afiyah, 2015). Tanaman teh adalah tanaman yang mempunyai kandungan tanin alami yang tinggi. Dan apabila di konsumsi berlebihan akan menghambat penyerapan mineral misalnta besi. (Ismarani 2012).

Status gizi kesehatan ibu pada masa pra-hamil, saat kehamilan dan menyusui merupakan periode yang sangat penting dan menentukan kualitas sumber daya nantinya (Simbolon, 2018). Banyaknya kasus angka kematian ibu juga menjadikan alasan *World Health Organization* (WHO) memprioritaskan penurunan angka kematian ibu (AKI) sebesar 32 per 100.000 kelahiran hidup pada cakupan indikator ke 5 dalam *Millenium Development Goals* (MDGs) (Kemenkes RI. 2013). Dalam usaha penurunan angka kematian ibu yang belum mencapai target dalam MDGs maka program tersebut diganti dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs) yaitu program pembangunan global yang merupakan perluasan dari MDGs dengan harapan dapat mencapai keberhasilan target kesehatan tahun 2015-2030 (Bina Gizi KIA, 2015)

Menurut Setiawan (2017), tingkat pendidikan, pengetahuan dan tingkat konsumsi zat besi berpengaruh signifikan terhadap kejadian anemia pada Ibu hamil. Dari penelitian yang dilakukan Gozali (2018), pola makan pada Ibu hamil juga memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian anemia ($p<0,05$). Hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia kuat dengan interpretasi semakin kurang pola makan Ibu hamil, maka kejadian anemia semakin tinggi.

Mengingat tingginya kasus anemia pada ibu hamil di negara berkembang penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi teh dan Pola Konsumsi suplemen zat besi (Fe) dengan kejadian anemia pada Ibu hamil.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian *Analitik Observasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil Trimester II dan III dengan usia 20-35 tahun. yang berada di wilayah kerja Puskesmas perawatan Abeli Kota Kendari berjumlah 42 orang. Pengambilan

sampel dilakukan dengan cara *nonprobability sampling*.

HASIL

1. Karakteristik Responden

a. Umur Responden

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 42 responden, sebagian besar ada di kelompok umur 20-25 tahun yaitu sebanyak 24 responden (57,1%) sedangkan yang terendah berada pada kelompok umur 31-35 tahun yaitu sebanyak 8 responden (19%).

Tabel 1. Karakteristik Responden Menurut Distribusi Umur

No.	Umur Responden (Tahun)	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	20-25	24	57,1
2.	26-30	10	23,8
3.	31-35	8	19,0
Total		42	100

b. Kelompok Umur Hamil

Pada Tabel 2, menunjukkan bahwa dari 42 responden sebagian besar berada pada kelompok umur kehamilan trimester II yaitu sebanyak 22 responden (52,4%), sedangkan sisanya berada pada kelompok kehamilan trimester III yaitu sebanyak 20 responden (47,6%).

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Usia Kehamilan

No.	Usia Kehamilan	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Trimester II	22	52,4
2.	Trimester III	20	47,6
Jumlah		42	100

c. Kadar Hb

Kadar Hb merupakan parameter yang paling mudah digunakan dalam menentukan

status anemia pada skala luas (Adriani, 2012).

Tabel 3 Distribusi Nilai Kadar Hb

No.	Nilai Kadar Hb	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	< 11 mg/dl	25	59,5
2.	> 11 mg/dl	17	40,5
Jumlah		42	100

Pada Tabel 3, menunjukkan bahwa dari 42 responden sebagian besar memiliki nilai kadar Hb < 11 mg/dl yaitu sebanyak 27 responden (59,5%) dan sisanya memiliki nilai kadar Hb > 11 mg/dl yaitu sebanyak 17 responden (40,5%).

PEMBAHASAN

Kejadian Anemia

Anemia adalah penyakit kurang darah yang ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) dan sel darah merah (eritrosit) lebih rendah dengan kondisi yaitu : hilangnya komponen darah dan kurangnya nutrisi yang dibutuhkan untuk pembentukan sel darah merah yang mengakibatkan penurunan kapasitas pengangkut oksigen di dalam darah (Adisasmito, 2017).

Dari Tabel 4, menunjukkan distribusi responden menurut kejadian anemia yang disajikan bahwa dari 42 responden sebagian besar responden mengalami anemia yaitu sebanyak 26 responden (61,9%) dan sisanya tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 16 responden (38,1%).

Tabel 4. Distribusi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil

No.	Kejadian Anemia	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Anemia	26	61,9
2.	Tidak Anemia	16	38,1
Jumlah		42	100

Pola Konsumsi Teh

Pada tabel 5, yang menjelaskan tentang distribusi responden menurut tingkat konsumsi teh menunjukkan bahwa dari 42 responden sebagian besar jarang mengkonsumsi teh yaitu sebanyak 36 responden (85,7%) dan sisanya sering mengkonsumsi teh yaitu sebanyak 6 responden (14,3%).

Tabel 5. Distribusi responden menurut pola konsumsi teh

No.	Pola Konsumsi Teh	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Jarang	36	85,7
2.	Sering	6	14,3
Jumlah		42	100

Pola Konsumsi Suplemen Fe

Berdasarkan tabel 6 dijelaskan mengenai distribusi responden menurut Keteraturan Konsumsi Suplemen Fe menunjukkan bahwa dari 42 responden 21 responden tidak mengkonsumsi suplemen Fe (50%) dan 21 responden yang mengkonsumsi suplemen Fe (50%).

Tabel 6. Distribusi responden menurut pola konsumsi suplemen Fe

No.	Keteraturan Konsumsi Fe	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Tidak Konsumsi	21	50
2.	Konsumsi	21	50
Jumlah		42	100

Hubungan Pola Konsumsi Teh dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan tabel 7, menunjukkan bahwa dari 25 responden yang jarang mengkonsumsi teh sebagian besar responden menderita anemia yaitu sebanyak 25 responden (69,4%) dan sisanya tidak menderita anemia yaitu sebanyak 11 responden (30,6%), sedangkan dari 6 responden yang sering mengkonsumsi teh terkait kejadian anemia sebagian besar responden tidak menderita anemia yaitu 5 responden (83,2%) dan sisanya menderita anemia sebanyak 1 responden (16,7%).

Tabel 7. Hubungan Pola Konsumsi Teh dengan Kejadian Anemia

No.	Pola Konsumsi Teh	Kejadian Anemia				Total		ρ <i>Value</i>	RØ
		Tdk Anemia		Anemia					
		n	%	n	%	n	%		
1.	Jarang	11	30,6	25	69,4	36	100	0,023	0,380
2.	Sering	5	83,2	1	16,7	6	100		

Dari hasil uji statistik dengan *chi square* diperoleh nilai ρ Value = 0,023. Tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$), maka H_0 ditolak atau H_1 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi teh dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil. Setelah diuji keeratan hubungan dengan menggunakan koefisien

phi (RØ), diperoleh nilai RØ = 0,380. Hal ini berarti bahwa antara pola konsumsi teh dengan kejadian anemia mempunyai tingkat hubungan sangat kuat. Teh adalah salah satu minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi (Afiyah, 2015).

Kebiasaan minum teh menyebabkan ibu hamil lebih bersiko mengalami anemia karena kandungan tanin didalam teh dapat menyebabkan pengurangan daya serap zat besi (Darmawansyah, 2017). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Septiawan (2015) bahwa ibu hamil yang memiliki kebiasaan minum teh lebih beresiko terkena anemia. Penelitian yang dilakukan oleh Mustika (2017) juga menyatakan bahwa orang yang memiliki kebiasaan minum teh, sebagian besar mengalami anemia, sedangkan orang yang tidak minum teh sebagian besar tidak mengalami anemia. Pendapat selanjutnya dikemukakan oleh Andiani (2020) dari hasil penelitiannya didapatkan bahwa ada hubungan kebiasaan minum teh dengan kadar hemoglobin (Hb) semakin tinggi jumlah konsumsi teh makan semakin rendah pula kadar hemoglobin.

Hubungan Pola Konsumsi Suplemen Fe dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan Tabel 8, menunjukkan bahwa dari 21 responden yang mengkonsumsi

suplemen Fe. Responden yang tidak mengkonsumsi sebagian besar menderita anemia yaitu sebanyak 17 responden (81%) dan sisanya tidak menderita anemia yaitu sebanyak 4 responden (19%), sedangkan dari 21 responden yang memiliki keteraturan mengkonsumsi suplemen Fe sebagian besar tidak menderita anemia yaitu sebanyak 12 responden (57,1%) dan sisanya menderita anemia sebanyak 9 responden (42,9%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan *chi square* diperoleh nilai $\chi^2_{hitung} = 4.947$ dan $p_{value} = 0,026$. Tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) maka diperoleh $\chi^2_{tabel} = 3,841$. Maka H_0 ditolak atau H_1 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara keteraturan konsumsi suplemen besi (Fe) dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil. Setelah diuji keeratan hubungan dengan menggunakan koefisien *phi* ($R\phi$), diperoleh nilai $R\phi = 0,392$. Hal ini berarti bahwa antara keteraturan konsumsi suplemen Fe dengan kejadian anemia mempunyai tingkat hubungan sangat kuat.

Tabel 8. Hubungan Pola Konsumsi Suplemen Fe dengan Kejadian Anemia

No.	Pola Konsumsi Suplemen Fe	Kejadian Anemia				Total		χ^2_{hitung}	ρ_{Value}	RØ
		Tdk Anemia		Anemia						
		n	%	n	%	n	%			
1.	Tidak Konsumsi	4	19,0	17	81,0	21	100	4.947	0,026	0,392
2.	Konsumsi	12	57,1	9	42,9	21	100			

Menurut Agustini (2017) sebagian besar ibu hamil mengalami anemia karena memiliki pola konsumsi zat besi tidak teratur. Sejalan dengan penelitian ini, Verrayanti (2017) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan dan perilaku konsumsi suplemen tambah darah berhubungan dengan kejadian anemia pada Ibu hamil Trimester III dengan nilai $P=0,01$ ($p<0,05$). Penelitian yang dilakukan (Anggraeni, 2017) menyatakan

terdapat penurunan persentase ibu hamil yang tidak mengalami anemia antara ibu yang patuh, cukup patuh dan tidak patuh dalam mengkonsumsi suplemen besi (Fe).

SIMPULAN

Dari 42 responden Ibu hamil didapatkan sebagian besar mengalami anemia yaitu sebanyak 26 responden (61,9%).

Ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi teh dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil. dengan nilai $p_{value} = 0,023$.

Ada hubungan yang bermakna antara keteraturan konsumsi suplemen besi (Fe) dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil $p_{value} = 0,026$.

Berdasarkan uji keeratan hubungan menggunakan koefisien ϕ ($R\phi$), diperoleh nilai koefisien ϕ ($R\phi$) = 0,380 pada pola konsumsi teh dan $R\phi = 0,392$ yang menggambarkan tingkat hubungan sangat kuat pada pola konsumsi suplemen Fe dengan kejadian anemia.

SARAN

Dalam upaya penurunan kejadian anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil perlu ditingkatkan kerja sama lintas program dan lintas sektoral, seperti penyebarluasan informasi faktor-faktor yang diduga berhubungan dengan anemia dengan melakukan upaya penanggulangan serta pencegahan terhadap risiko kurang gizi ibu hamil dengan cara melakukan suplementasi atau fortifikasi zat gizi pada bahan makanan yang sering dikonsumsi oleh ibu hamil. Pemerintah juga harus meningkatkan upaya edukasi tentang kebutuhan gizi sebelum dan selama kehamilan utamanya terkait zat gizi yang umumnya defisit pada ibu hamil.

Para Ibu hamil juga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai kecukupan zat gizi yang diperoleh saat hamil, mengatur pola konsumsi dan mengingat perlunya mengkonsumsi suplemen Fe setiap hari selama kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito. 2017. Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Adriani, Merryana., Wirjatmadi, Bambang. 2012. Pengantar Gizi

Masyarakat. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.

- Afiyah, R Khairiyatul. 2015. Konsumsi Teh Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di wilayah BPS. Ny. Nur Isnafiyah Bringin wetan Taman Sidoarjo.
- Bina Gizi, D. 2015. Direktorat Bina Gizi Ditjen Bina Gizi dan KIA. Kemenkes RI.
- Agustini. 2017. Pola Konsumsi Suplemen Fe Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisayong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2017. STIKes Respati. Volume 1. 2018.
- Andiani, Y.W. 2020. Hubungan Antara Konsumsi Teh dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Banduyono (Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta) Diakses dari e.prints.ums.ac.id.
- Ani, L.S. 2016. Buku Saku Anemia Defisiensi Besi. Jakarta: EGC.
- Astutik, R. Y., & Ertiana, D. (2018). Anemia dalam Kehamilan. Jawa Timur : CV. Pustaka Abadi.
- Citrakesumasari. 2012. Anemia Gizi Masalah dan Pencegahan. Kaliaka. Yogyakarta.
- Darmawansyah 2017. Apakah Kebiasaan Minum Teh Beresiko Menderita Anemia Pada Ibu Hamil (Studi di Wilayah Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu). JNPH Volume 5 No. 2 2017.
- Depkes RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia.
- Gozali, W. 2018. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III. *International Journal Of Natural Science & Engineering*, Vol 2, No 3. 2018.
- Ismarani. 2012. Potensi Senyawa Tanin Dalam Menunjang Produksi Ramah

- Lingkungan. Jurnal Agribisnis Dan Pengembangan Wilayah.
- Mariana, Dina, Dwi Wulandari, Padila. 2018. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas. Jurnal Keperawatan Silampar (JKS) Volume 1, No 2, Januari – Juni 2018 pp 108 – 122.
- Kemenkes. RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar : RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Mustika. 2017. Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi The (*Cammelia Sinensis*) Dengan Gejala Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil di Puskesmas Malimongan Baru. UMJ Volume 2. 2017.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Septiawan, Y. 2015. Jurnal Kesehatan E-ISSN 2548 5695 Vol.6 No.2.
- Setiawan, Sinta A. 2017. Hubungan Pendapatan Keluarga, Budaya Pantang Makanan, Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Slahung Kabupaten Ponorogo. Jurnal Delima Harapan. Volume 4, No. 1, 1-10.
- Simbolon D., Jumiati, dan Rahamdi. 2018. Pencegahan dan Penanggulangan Kurang Gizi Kronik dan Anemia pada Ibu Hamil. Sleman : Deepublish.
- Soemantri S. 2018. Survey Kesehatan Nasional. Kemenkes RI.
- Verrayanti. 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Suplemen Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Mantriheron Kota Yogyakarta.
- Yuliatin. 2018. Buku Kehamilan Jilid I. Kedokteran EGC. Jakarta.